

我的孩子 要开始上学了

父母和看护人指南



“玩耍是探
索的最高形
式。”

— 阿尔伯特·爱因斯坦
(Albert Einstein)



“要教孩子
如何思考，
而不是思考
什么。”

— 玛格丽特·米德
(Margaret Mead)

我的孩子要开始上学了

开始学校生活

您的孩子要开始上学了，这是激动人心的大事。您的孩子和家人可能需要些时间来适应。

以下建议帮助您有个良好的开始：

- 提供可预知的、安静的家庭生活
- 与孩子保持沟通
- 每天早晨铃响之前到达学校
- 和孩子讨论他们每天如何回家
- 与孩子的老师取得联系。

了解孩子的学校

每所学校都是不一样的。最好能：

- 参加孩子的入学准备活动、迎新会或介绍会
- 查看学校网站或订阅学校的新闻通讯
- 关注学校的社交媒体网页
- 与校长见面或向学校办公室工作人员询问信息
- 与孩子在此学校就读的其他家长取得联系。

读写能力

读写能力是学习的重要基础。说话和对字音的认识是提高阅读能力的坚实基础。

定期与孩子一起阅读、读童谣、画画和唱歌，并聆听孩子，和孩子说话。这会提高孩子所需的读写能力，帮助他们理解信息、表达思想。

如果英语不是您的母语，继续使用您的最佳语言，同时使用英语，从而提高多语言技能并保持文化认同。

算术能力

算术能力无处不在，而且一生都用得到。孩子在计量配料、上楼数台阶、排列纽扣和找配对袜子的时候都能运用算术能力。

孩子在玩积木和盒子的时候，他们会从数学的角度思考其面积、形状和空间。

和孩子讨论方位，比如后面、旁边和上面，并向孩子问问题‘有多少?’‘哪一边?’或‘够了吗?’

交朋友

对孩子来说交朋友可能很困难。您可以通过帮助孩子：激发孩子思考玩什么游戏，去哪里玩以及如何让其他人和他们一块儿玩。

孩子会通过观察您提高这些技能：您如何展开谈话、处理问题以及接受他人的观点。

鼓励孩子玩耍给他们提供了机会，帮助他们解读脸部表情和肢体语言，进一步增强他们的社交技能。

管理情感

入学会给孩子带来很多不同的情感，学会如何管理这些情感是一个漫长的过程。倾听孩子的心声，认同并接受他们的情感，以此来帮助孩子。

帮助孩子认识这些情感，如果需要的话，采用合适的方法管理。孩子会通过观察身边的人来学习如何管理自己的情感。

培养良好的学习习惯

1. 探索兴趣

孩子只要感兴趣就会学习，向孩子提问并探索各种可能。这会提高孩子的创造力并让他们融入其中。

2. 解决问题

即使遇到困难，也要鼓励孩子坚持下去。您可以帮助孩子自己想办法来解决问题。

3. 承认所付出的努力

如果您看到孩子已经在努力，那么不论结果如何都要承认他们所付出的努力。

自理能力

上学之后孩子会变得更独立。您可以通过给孩子安排可完成的小任务，来帮助他们增强信心，如：

- 叠衣服、洗衣服
- 穿衣服
- 打开、合上午餐盒
- 放好物品

如果任务太难就帮帮孩子，并确保孩子知道他们能向老师或同学寻求帮助。

提高协调功能

运动技能有助于孩子在校的玩耍和学习。在攀爬、丢球和接球时会运用称为“粗大运动”的大幅度动作。这些运动是将来提高“精细运动”技能的坚实基础。

孩子需要精细运动技能画画、使用剪刀和打开午餐盒。孩子在家的时候，玩建筑玩具，使用钳子、钉子或栽培花木能够增强他们的精细运动技能，提高协调能力。

家人

您是孩子第一个老师，也是最重要的老师。积极地参与孩子的学习能够帮助他们在学校取得好成绩。

给孩子提供大量的玩耍机会，唱歌和分享故事，与孩子的老师合作，并树立爱学习的榜样。

即使一点点努力也能带来大改变。

照顾您自己

照顾好您自己有助于您照顾孩子。孩子入学时，您会感到焦虑、伤心、高兴甚至宽慰。您也可能会回想起自己的学生时代。

了解这些情绪及其影响很重要。向信任的朋友诉说您的感受，并与孩子的老师建立良好沟通。

更多信息

在孩子的学校您可以免费使用口译员。

更多关于孩子开始上学的信息，请访问我们的网站：
transitiontoschool.net

联系我们

Connect Child and Family Services

48-50 Oaklands Road,
Hazelbrook NSW 2779

P 02 4758 9966 **F** 02 4758 9988

E connect@connect.asn.au

FB Connect Child and Family Services

W connect.asn.au



Connect acknowledges the contribution of Families NSW.